领导者在健康 第4页 办公场所发挥的作用

克服场地差异,推行平等的 办公体验 您灵活多样的 第6页 办公场所

您的主要、次要以及移动办 公场所如何相互补足? 培养包容的 工作体验

满足员工各种需求的弹性构架

第10页

不止于办公桌

第12页

构建居家办公体验的五个技巧,改善员工福利和工作表现

居家办公

扬所销

如何帮助员工更健康地居家办公



HermanMiller + ₩ GitLab



O +

居家办公

场所指南

组建高效且健康的员工队伍,意味着无论在何处开展工作都能为其提供支持,不管是在家、在协作场所、在咖啡店或在飞机上。虽然组织为员工提供技术工具让其能够在各种场地开展工作是较为常见的做法,但组织却未一以贯之地提供支持、引导或必要资源,来全力协助员工以可持续的方式开展远程工作。本场所指南可作为业务领导的行动方案使用,因为他们在此过程中可以统筹组织工作。

新冠疫情加速了已然萌芽数年的工作场所发展 趋势。未来我们有望看到的主要趋势就是分散 型工作将留存下来。灵活性已经成为全球知识 工作者和求职者的必要条件。

支持个人选择将成为所有工作场所战略的核心 内容。选择以强化自身文化的方式接受远程和 分散式工作的组织终将帮助团队打造积极、健 康的工作体验。培养员工的自主意识能让公司 受益,而且平等与包容的环境是实现团队人才 百花齐放的关键因素。

Future Forum Pulse最近的调查显示.



合作介绍

Herman Miller拥有90多年家居和办公室的研究 历史。1941年,公司推出了由Gilbert Rohde设计 的Executive Office Group。该设计的推广用途为 "家居或办公室使用",自那时起,Herman Miller 便已经在思考混合办公模式。

GitLab是全球最大的全远程办公公司之一、拥 有超过1350名团队成员, 遍布65余个国家/地 区。GitLab的产品DevOps平台将跨团队协作与沟 通部署于单一平台之上,从根本上改变了团队工 作方式。公司记录并分享自身习得的有效稳定和 衡量远程组织的成熟方法。

我们仅仅只是初识分散式办公对个人、其组织, 以及全世界的积极意义。通过融汇Herman Miller 与GitLab的洞察意见及专业知识,我们希望鼓励 和指引领导者们为自身团队及业务的未来工作做 出最佳的决定。

领导者在健康办公场所发挥的作用

一个组织是采用混合式办公还是远程办公,取决于公司领导为支持全方位的员工体验而做的决定。正如您为团队办公投资的办公室,让员工能够在办公室之外打造健康及高效的办公场所是构建远程工作基础的核心内容。

若您是一家混合式办公组织,员工每周仅远程工作两天,那么他们40%的工作日便无法享受办公室提供的人体工程学办公设施。无论团队在哪工作,投资优质的办公场所能为员工带来快乐、健康与积极性。额外优势:它还能实现更好的整体业绩。

针对居家办公场所不存在"一码通吃"的方法,因为每位团队成员都有不同的需求、工作偏好以及家庭环境。为尽可能做到公平和包容,可考虑为员工提供由其自行支配的预算,用于自家办公场所、联合办公场所,甚至是移动中为实现高效工作所需的设备。



GitLab允许团队成员自行使用公司资金,依照提供的成本指南购买各类设备。请注意,团队成员的需求可能会发生改变,因为他们在尝试找到适合自己的工作环境。



GitLab的最新远程工作报告显示,

82%

的员工赞扬领导层了解如何远程 运作团队。

资料来源: remote-work-report-2021.pdf

您灵活多样的办公场所

使用单一的办公场所已然成为过去。我们对于某一天在哪工作有许多选择:您的家庭办公室或厨房柜台、咖啡店、联合办公场所,甚至在车上或飞机上。无论在哪工作,有意识地使用这些场所才是最重要的。

在混合式或远程办公环境中获得成功的一项关键技能是成为<u>"自己的经理"</u>,无论您的职称或职级如何。"自己的经理"是指能够朝着自身目标前进,无需不断获取他人意见便能完成工作。自我领导不仅仅只是设立自己的日常优先事项;它赋予您自主性,让您能够反思哪种物理环境对您而言最具效率。

在策划自身工作体验时,可将各类主要、次要以及移动中的办公场所纳入考量。无论在哪工作,这两个问题能帮助您确定各个办公场所之间是否相辅相成:



- **1.**我为什么选择在这里工作,什么因素可能促使我迁移至别的场地?
- 2.我需要哪些工具帮助我顺利完成工作,我是否能将这些工具带到其他地方去,是否有场地让我在抵达时便能够使用它们?



让我们来详细了解一下主要、次要以 及移动中的办公场所,以及如何在不 同类型的工作中使用它们:

主要办公场所

(居家办公室、公司办公室、 专门的办公桌)

适合:深度、专注的工作场所,您需要二级屏风、专业工具或精心安排的环境,从而进行重要的视频电话等。



次要办公场所

(联合办公场所、咖啡厅、厨 房柜台、餐桌、走廊)

适合:利用咖啡时间焕新思维,一对一或一对多的在线学习和提升等。







移动办公场所

(步行会议、共享乘车、 公共交通、等候区)

适合:认为轻松的工作, 安排在其他高强度需求 之间。

培养包容的工作体验

通过改善员工体验来支持多样化的员工团 队,可谓领导者吸引和保留人才的首要考 虑之事。有意识地支持远程及混合式办公 是一种出奇制胜的方式。

协助员工在联合办公地点之外的地方开展工作,您的组织将更具团队 包容性, 如同父母般关怀家庭成员, 他们每个人都有不同的思想和物 理技能。您团队将不会因为需要特定的办公场所设置或无法每天到达 办公室而处于劣势。所有这些共同奠定了GitLab的**非批判式文化**。

为了帮助员工充分利用远程和混合式办公的灵活性,组织须确保每位 团队成员自行安排了适当的空间,在工作日内支持他们完成工作。相 较于仅囿于家中现有环境开展工作(整日都在餐桌或沙发上工作), 应鼓励员工思考如何在家以外的宽广空间内更好地完成工作。作为 "自己的经理",他们应当主动充分满足自身独特的需求和办公风格。

GitLab的最新远程工作报告显示,

的远程办公员工认为其供职公司 在过去一年为增加团队多样性、 包容性和归属感而采取了实质性 行动。



不止于办公桌:身心健康以及您的办 公场所

与办公室办公一样,居家办公也同时存在益处和阻碍。居家办公最大的障碍便是找到安放身体与心灵的专属空间,让您与其他人分隔开来。无论是在公寓的餐桌上还是在专门的工作室中,打造有助于您保持专注和高效的空间都非常重要。

这5个技巧将帮助您创造有益于身心健康的居家办公体验,让您在工作中拥有出色的发挥。



GitLab的最新远程工作报告显示,

42%

的受访者承认,在远离办公室 时,难以与他人保持隔绝。

资料来源: remote-work-report-2021.pdf



01.调整您的工作场所

构建一个人体工程学办公环境。这将有助于防止 因长时间使用笔记本电脑而出现的肌肉骨骼疾 病,同时也能增强您的认知能力。把自然光、视 野和人体工程学办公椅放入考虑范围内,在视平 线位置放置电脑屏风,将办公工具以及资源置于 触手可及之外。



02.调整您的技术

使用电子办公工具时保持头脑的敏锐。熟悉当前用于联络团队的应用程序,确保更新软件。将镜头、灯光和背景安排到位,以最佳形象呈现于人前,让门、公用客厅区域处于视野之外,并尽可能减少屏幕内令人分神之物。在重要会议之前,最好检测音频及视频系统是否正常运行。最后,确保您坐立时后背获得支撑,避免身体朝屏幕前倾。



03.沟通您的需求

思考出色完成工作的所需之物。将这些内容与您的团队成员以及任何可能与您共享空间的家庭成员、朋友或室友沟通。请遵从自身的需求。



04.关注成果

建立工作优先项和接触点。部分员工喜欢早起开始工作,而另一些人则喜欢晚一点开始。当您的重点在于一周工作的成果时,您可以依据自身的偏好进行安排。



05.重视自己的健康

为您的头脑、身体以及心灵充电。适时休息,做一些运动、外出走走、与朋友聚会、冥想、放空或放下电子设备简单地享用美食。

拥有灵活办公的充分自主性意味着能随心所欲地重新构思例程,抛开旧习并**防止身心俱疲**。例如体验GitLab的**非线性工作日**。这让您能够重新思考生活本来的模样,以生活为本规划工作,而非反其道而行之。



准备好了解更多?



有关组建远程团队的更多洞察与最佳 实践内容,请查看GitLab完整的<u>远程</u> 工作指南。

GitLab的The DevOps Platform通过让软件实现更快的速度、更高的效率,以及增强安全性和合规性,从而最大化地提升软件开发的总体回报、以此为组织赋能。

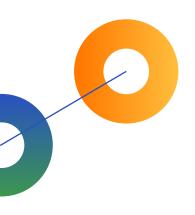
Facebook Instagram LinkedIn Twitter

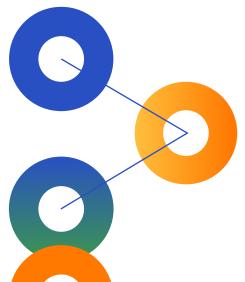


欲了解Herman Miller对于正在重塑当 今工作的动态因素的最新见解,请参 阅"未来工作趋势"资讯中心。

坚持以人为本的设计是Herman Miller的基本信念,并指引品牌走过大半个世纪。公司的使命便是以最简单、美观的方案解决复杂的问题。Herman Miller秉持着这一信念,与时代最亮眼的设计师们合作,在打造具备深远影响力的原创经典方案上引领为先。Herman Miller是MillerKnoll集团的一部分。

Facebook Instagram LinkedIn Twitter Pinterest





©2021 GitLab Inc.和MillerKnoll Inc. GitLab以及曼是GitLab Inc.的注册商标。 Herman Miller以及● 是MillerKnoll Inc.的注册商标。 gitlab.com | hermanmiller.com